わが家の防災メモ

あらかじめ記入し、家族みんながわかるところに置いておきましょう。

火事・救急	警　察	災害用伝言ダイヤル
119 番	110 番	171 番

▶使い方は本文17ページを参照してください。

■緊急連絡先

連絡先	電　話	連絡先	電　話
袖ケ浦市役所	☎0438-62-2111	袖ケ浦市 水道事業	☎0438-62-2111
中央消防署	☎0438-64-0119		
長浦消防署	☎0438-62-9728		
平川消防署	☎0438-75-3116		

■家族の連絡先

家族の名前	連絡先（勤務先・学校）	電　話	携帯電話

■親せき・知人の連絡先

名　前	電　話	携帯電話	メ　モ

■家族のデータ

名　前	生年月日	血液型	アレルギー	持病	常備薬

■避難場所

避　難　場　所	家族が離ればなれになったときの集合場所

防災対策総合ガイド　平成24年1月発行

防災対策総合ガイドに掲載の内容は、平成24年1月1日現在の情報です。法改正などにより内容が変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。

さまざまな災害から　いのちを守る

防災対策
総合ガイド

日ごろの備えが大切です！

袖ケ浦市

ごあいさつ

市民の皆様には、日頃、市政に対しご理解とご協力をいただき感謝申し上げます。

このたび、市では東日本大震災を契機として、地震、津波、火災及び風水害への備えと災害発生時の対応など、家庭や地域における防災対策をまとめた「防災対策総合ガイド」を作成しました。

災害に対して正しい知識を持ち、いざという時に適切な防災行動が取れるよう、お手元に置かれご活用ください。

平成24年1月

袖ケ浦市長　出口　清

もくじ

東日本大震災が発生！

阪神・淡路大震災から16年が経った2011年3月11日、「戦後最大の災害」という形容はその日のうちに東日本大震災を示すものとなりました。

東日本大震災からの復興に向けた長い道のりを乗り越えていくために私たちに求められていることがあります。それはまず、私たち一人ひとりがいま一度、地震国・日本に居住していることを強く認識することです。そのうえで改めて、個人で、家庭で、地域でできる防災対策を地道に継続していくことです。

この長い道のりを、私たちは必ずや踏破するでしょう。そしていつの日にか、明日を担う子どもたちに、災害に強い国、災害にまけない社会をしっかりと引き継ぐことができるでしょう。そのための第一歩を、私たちはただちに踏み出さなければなりません。

死者・行方不明者約2万人、住宅被害約100万戸――

◆東日本大震災による主な被害

（警察庁まとめ、2011年12月9日現在）

区分	項目	被害
人的被害	死者	1万5,841人
	行方不明者	3,493人
	負傷者	5,950人
建物被害	全壊	12万5,999戸
	半壊	22万7,677戸
	一部損壊	64万4,271戸
	非住家被害	4万8,462戸
	道路損壊	3,734か所
	橋梁被害	78か所
	山・がけ崩れ	213か所
	堤防決壊	45か所
	鉄道被害	29か所
	火災発生	286件（総務省消防庁まとめ）
	避難状況（最大値）	55万6,130人（消防庁2011年6月16日現在）

ここで示す推計震度分布図は、気象庁が2011年3月11日15時01分に提供したものです。地震時に観測される震度は、ごく近い場所でも地盤の違いなどにより1階級程度異なることがあります。また、震度を推計する際にも誤差が含まれ、推計された震度と実際の震度が1階級程度ずれることがあります

凡例：震度4／震度5弱／震度5強／震度6弱／震度6強／震度7／原子力発電所／津波

震源地　震源域　福島第一原発

2011年3月11日午後2時46分　東日本大震災

国内観測史上最大のマグニチュード9.0

国内観測史上最大のマグニチュード9.0を記録した！

気象庁によると、東日本大震災の震源は宮城県牡鹿半島沖130km、震源の深さは24km、地震の規模を示すマグニチュード（M）は9.0だった。これは阪神・淡路大震災（M7.3）のおよそ1000倍に相当する。桁外れの巨大地震は、国内の観測史上最大である。

この地震で、宮城県栗原市では震度7の激烈な揺れを観測した。国内で震度7が観測されるのは、阪神・淡路大震災、新潟県中越地震に次いで3例目。

文部科学省の地震調査委員会は、破壊断層は南北400km、東西200kmの広範囲に及んだと指摘した。

早期の復旧を阻害し、放射性物質汚染の脅威を広げた原発事故

原発が制御困難に陥り、多量の放射性物質がまき散らされた！

地震と津波は、福島県にある東京電力福島第一原子力発電所を直撃した。稼働中の原子炉は緊急停止したが、冷却系システムが重大な損傷を受けた。これにより、多量の放射性物質が外部に放出され、原発から半径30km圏内などに対して政府は避難指示や屋内退避を発令した。

人々の営みのすべてをのみ込んだ巨大津波

津波はすべてを破壊し、40mの高所に達した！

この地震のあと、ただちに津波が発生。気象庁は、オホーツク沿岸から四国にかけての太平洋岸に大津波警報を、その他の太平洋岸に津波警報を出した。また、日本海側も含めて全国のすべての沿岸に津波注意報を出した。津波による被害は、岩手、宮城、福島の沿岸で特に甚大だった。

津波の高さは、多くの沿岸部で8mを超えた。全国の研究者らによる合同グループの調査によると、宮古市重茂姉吉地区では陸上を駆け上がった津波が標高40.4mにまで到達。これは従来の最大観測記録だった1896年明治三陸大津波時の大船渡市の38.2mを上回る。

これからどうなる？　日本の地震災害

地球の表面は厚さ100kmほどの14～15枚のプレート（岩板）で覆われています。これらのプレートは少しずつ動いていて、互いがぶつかり合う場所では押したり押されたりしています。その相互作用はひずみを生じ、一定期間を経過したひずみが解消されているときに発生するのが海溝型（プレート境界型）地震です。日本列島は４枚のプレートの上に乗っています。狭い国土がこのように多くのプレートの上に形成されているため、日本では地震が多いのです。国内にいる限り、地震への備えを怠ることは決してできません。

東海、東南海、南海地震が連動発生する可能性

国内で近い将来の発生が想定されている巨大地震がいくつかある。よく知られているのが駿河湾を震源とした東海地震。中日本から西日本の太平洋沖には、東海地震の西側に東南海地震、南海地震の想定震源域が広がっている。これらはいずれもM８以上の巨大地震と考えられている。国の地震調査委員会は、今後30年以内にこれらの巨大地震が60％以上の確率で発生すると予測している。

ただし、この東海地震が長期にわたって発生していないことから、専門家は東南海、南海地震と連動して発生する可能性を指摘している。国はこの３地震が連動した場合に下表のような被害を想定している。

死者数	要因	全壊棟数
約1万2,000人	地震の揺れ	30万9,000棟
約9,100人	津　波	約4万2,000棟
約900人	火　災	約8万1,000棟
──	液状化	約9万棟
約2,600人	がけ崩れ	約2万7,000棟
約2万5,000人	合　計	約55万棟

※「想定東海地震、東南海地震、南海地震の震源域が同時に破壊される場合」（被害想定の最大値）
（出典：中央防災会議資料）

凡　例

地震予測

今後30年以内に震度6弱以上の揺れに見舞われる確率（平均ケース）
※確率は2010年1月1日時点

26 ～100%
6 ～ 26%
3 ～ 6%
0.1 ～ 3%
0 ～0.1%

出典：地震調査委員会資料より作成

今後30年以内に海溝地震が想定される場所
※確率は2011年1月1日時点。三陸沖から房総沖については2012年1月1日時点

三陸沖北部
M8.0前後／0.5~10%
地震規模　確率
出典：地震調査委員会資料より作成

過去の津波

過去100年間に死者100人以上の津波被害をもたらした地震の震源

東日本大震災
2011（平成23）年
M9.0
死者·行方不明者数：約20,000人
※2011年12月9日時点
出典：気象庁と中央防災会議の資料より作成

原発

全国の原子力発電所

北海道南西沖地震
1993（平成5）年
M7.8
死者·行方不明者数：230人

青森県西方沖
M7.7前後／ほぼ0%

日本海中部地震
1983（昭和58）年
M7.7
死者·行方不明者数：104人

秋田県沖
M7.5程度／3%程度以下

佐渡島北方沖
M7.8程度／3~6%

日本海東縁

北海道北西沖
M7.8程度／0.006~0.1%

根室沖
M7.9程度／40~50%
十勝沖と同時発生の場合
M8.3程度

千島海溝

十勝沖
M8.1前後／0.3~2%
根室沖と同時発生の場合
M8.3程度

三陸沖北部※
M8.0前後 Mt8.2前後／0.7~10%
繰り返し発生する地震以外の地震
M7.1~7.6／90%程度

明治三陸地震津波
1896（明治29）年
M8.5
死者·行方不明者数：約22,000人

昭和三陸地震津波
1933（昭和8）年
M8.1
死者·行方不明者数：約3,000人

日本海溝

東日本大震災
2011（平成23）年
M9.0
死者·行方不明者数：約20,000人
※2011年12月9日時点
震源域

三陸沖中部※

三陸沖南部海溝寄り※
M7.9程度／ほぼ0%
繰り返し発生する地震以外の地震
M7.2~7.6／50%程度

宮城県沖※
M7.4前後／不明
繰り返し発生する地震以外の地震
M7.0~7.3／60%程度

福島県沖※
M7.4前後（複数の地震が続発する）
10%程度

三陸沖北部から房総沖の海溝寄り※
津波地震
Mt8.6~9.0前後／30%程度
（特定地域では7%程度）
※Mt：津波の高さから求める地震の規模
正断層型
M8.2前後 Mt8.3前後
／4~7%（特定海域では1%~2%）

その他の南関東のM7程度の地震
M6.7~7.2程度／70%程度

相模トラフ

相模トラフ沿い（大正型関東地震）
M7.9程度／ほぼ0~2%

駿河トラフ

想定東海地震（参考値）
M8.0程度／87%

東南海地震
M8.1前後／70%程度
南海地震と同時発生の場合
M8.5前後

東南海地震
1944（昭和19）年
M7.9
死者·行方不明者数1,223人

南海地震
1946（昭和21）年
M8.0
死者·行方不明者数1,443人

南海地震
M8.4前後／60%程度
東南海地震と同時発生の場合
M8.5前後

南海トラフ

日向灘

日向灘のプレート間
M7.6前後／10%程度

安芸灘～伊予灘～豊後水道のプレート内地震
M6.7~7.4／40%程度

南西諸島海溝

※平成23年（2011年）東北地方太平洋沖地震の発生に伴い、その震源域である、三陸沖中部、宮城県沖、三陸沖南部海溝寄り、福島県沖、茨城県沖、三陸沖から房総沖の海溝寄りの一部（三陸沖中部から三陸沖南部海溝寄りに至る領域の海溝寄りの部分）では今後もM7を超える余震が発生する可能性があります。

日本はどこでも震度６弱以上の揺れに見舞われる

地震調査委員会は国内で想定されている海溝型地震や主要な活断層による地震などをまとめて評価し、今後30年以内に国土がどの程度の確率で震度６弱以上の揺れに襲われるかを算出している。

図は、2011年１月１日（三陸沖から房総沖にかけての地震の算定基準日は2012年１月１日）を基準日とした向こう30年間の評価を示している（この長期評価については、随時見直される予定）。東海、東南海、南海地震が想定される地域、首都圏、宮城県、北海道東部などが最も高い確率になっている。ただし、この色分けは相対的なものであり、0.1％未満の地域だからといって安全であることを示しているわけではない。空白域はないのだから、むしろ国内全域で強い地震が発生する可能性があると受け止める必要がある。

東日本大震災の　教訓に学ぶ

未曾有の大災害となった東日本大震災。津波によりまちが壊滅状態になったり、原発事故によって避難指示が出され、住民のほとんどが避難を余儀なくされた被災地もあります。家族や住居、仕事を失ってしまった被災者が数多くいます。

この先、復興に向けては大変な労力と費用、時間が必要になるでしょう。新たに解決すべき問題も多々生じていますが、この震災から汲み取るべきいくつかの教訓があります。

>> 防災教育が子どもたちの命を救った <<

三陸地方は、過去に何度も津波を経験しています。この被害経験に基づいて防潮堤などはひときわ高いものが作られていました。しかし今回の津波は、多くの場所で高い防潮堤を乗り越えました。このように、防災のハード対策にはおのずと限界があります。

一方で、防災教育、防災のソフト対策によって人の命を救うことができます。津波で1000人以上の死者・行方不明者を出した岩手県釜石市ですが、市内の小中学生約3000人はほぼ全員が無事でした。市教育委員会の指導による避難訓練を各学校が徹底して取り組んできた結果、下校前の子どもたちは訓練通りに高台に逃げ、命を守りきったのです。効果的な防災教育がいかに重要かを示す事例と言えます。

津波で破壊された小学校の教室（大船渡市）

避難所にはり出された健康情報のチラシ（気仙沼市）

>> 被災者の健康が第一 <<

2011年3月、被災地は真冬並みの寒さでした。燃料が届かない避難所では暖房も使えませんでした。特に高齢者などの災害時要援護者にとっては寒さはこたえます。体調を崩した人も多くいます。多くの避難所では保健師が健康体操を促したり、風邪やインフルエンザを予防する取り組みを呼びかけたりしました。長期化が予想される避難生活はメンタルヘルスへの影響も懸念されます。喪失感に包まれた被災者をどう支えていくかは今後も続く大きな課題です。

>> 孤独から絆への転換点 <<

震災前、私たちの社会は「孤独」であると捉えられていました。しかし今回の震災は、こうした社会状況を一変させる可能性をはらんでいます。被災地に向けられた人々の善意、災害ボランティアの活動などは、「孤独」から「絆」への大きな流れを生み出すでしょう。

何よりこれからの復興に向けたまちづくりなどにおいて、「高齢者などの災害時要援護者に優しい」「環境に優しい」「災害に強い」が基本方針になるのは間違いありません。被災者だけでなく、私たちすべてがそこに積極的に参画することができれば、「社会の絆」というものが、具体性をもって生活に根付くきっかけになるかもしれません。

ボランティアの炊き出しに集まった人々（石巻市）

原子力災害にどう対応するか？

原子力災害は、放射性物質が放出する放射線を一定量以上浴びることによって引き起こされますが、災害の程度を人間が感じ取ることができないことが特徴です。原子力防災のポイントは、放射性物質に関する基本的な知識と正しい対応法を私たち自身が身に付けることです。原発は全国にあり、放射性物質の拡散は原発の周辺地域のみにとどまりません。決して他人事と思わず、以下のことを覚えておきましょう。

① 正確な情報を入手する～情報収集の際のポイント

- テレビやラジオから正確な情報を入手する
- 市の防災行政無線や広報車などの情報に注意する
- 隣近所と情報の内容を確認し合い、適切な行動を取る
- デマに惑わされないよう、くれぐれも注意する

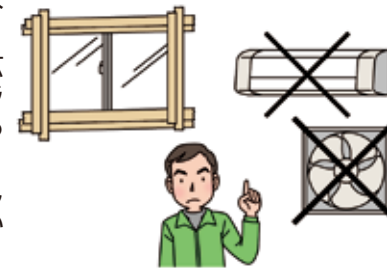
② 住民に影響がある場合は屋内退避や避難の指示がでる

放射性物質が原発の外部に放出され、住民が受けると予想される被ばく線量が一定の指標を超えるような場合、「屋内退避」「コンクリート屋内退避」「退避」などの指示が出されます。建物は放射線をさえぎります。予測被ばく線量が小さい場合には一般の木造家屋への退避でも放射線の影響を十分に減らすことができます。コンクリート建築は木造家屋よりも遮蔽力（しゃへいりょく）が高く、より高い防護効果が期待できます。放射性物質の影響が長時間続くと予測される場合などには避難指示が出されます。

屋内退避の指示がでたら

- ドアや窓は閉めて外気を入れない。換気扇やエアコンも止める
- 窓のすき間などはタオルやシーツ、ガムテープなどで目張りする
- 自宅に入るときは、手や顔を洗い、衣服を着替える
- ペットは屋内に入れる
- 防災行政無線や広報車、テレビやラジオで伝えられる情報に注意する
- 食品にはフタをしたり、ラップをかける

コンクリート屋内退避、避難の指示がでたら

- テレビやラジオ、広報車や防災行政無線などで正確な情報を把握する
- どの区域が対象か、一時集合場所はどこか、いつ集まるのかなどの情報を取得する
- 持ち物は最小限に抑える
- 帽子や長そで、長ズボンを着用する（皮膚をできるだけ隠す）
- ガスの元栓を閉め、電気器具のコンセントを抜く。戸締まりも忘れずに
- 近所にも声をかけて、皆で一緒に徒歩で一時集合場所に行く
- 一時集合場所では係員の指示に従う

▶雨のときは？

- ・レインコートやかさを使い、雨に濡れないようにする
- ・雨に濡れたらシャワーなどで体を洗う

▶飲食物は？

- ・自治体の発表する食品の放射性物質に関する情報に注意する
- ・井戸水は飲まないようにする
- ・外に放置してあったものは食べない
- ・野菜は皮をむき、よく洗って調理する

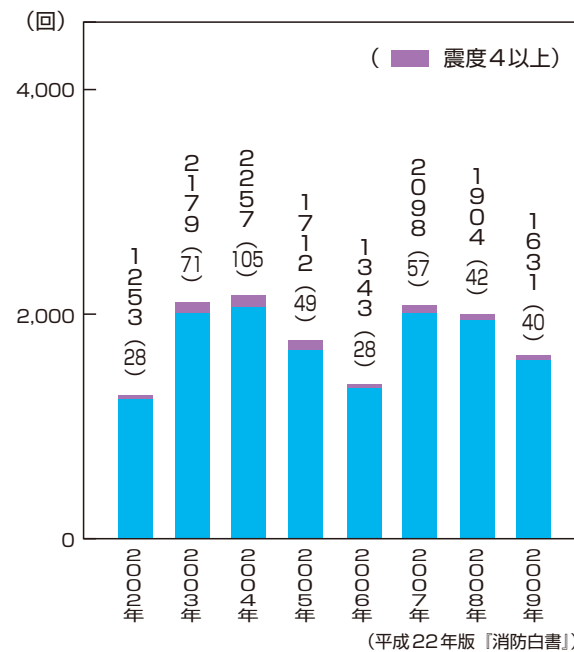
日本は世界有数の地震国

世界有数の地震国である日本は、昔から地震による多くの被害を受けてきました。近年では、阪神・淡路大震災、新潟県中越地震、福岡県西方沖地震、新潟県中越沖地震、岩手・宮城内陸地震などの大きな地震がありました。そして今回、戦後最大の被害となる東日本大震災が発生しました。

右図に示すように、国内では震度４以上の地震が数多く発生しています。特に東日本大震災以降大きな地震が頻発しており、気象庁は引き続き警戒が必要と注意を呼びかけています。

●近年の地震発生状況

（平成22年版『消防白書』）

●地震の揺れと想定される被害

震度	想定される被害	震度	想定される被害
震度0	●人は揺れを感じない。	震度5弱	●棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。 ●まれに窓ガラスが割れて落ちることがある。 ●電柱が揺れているのがわかる。
震度1	●屋内で静かにしている人の中には、わずかな揺れを感じる人がいる。	震度5強	●物につかまらないと歩くことが難しい。 ●固定していない家具が倒れることがある。 ●自動車の運転が困難になる。
震度2	●屋内で静かにしている人の大半が揺れを感じる。 ●つり下がった電灯などがわずかに揺れる。	震度6弱	●立っていることが困難になる。 ●壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。 ●耐震性の低い木造住宅では、倒壊するものもある。
震度3	●屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。 ●棚にある食器類が音を立てることがある。 ●電線が少し揺れる。	震度6強	●はわないと動くことができない。 ●固定していない家具のほとんどが移動、倒れるものが多くなる。 ●耐震性の高い木造住宅でも、壁などにひび割れ・亀裂がみられることがある。
震度4	●ほとんどの人が驚く。 ●つり下げてある物は大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。 ●車を運転していて、揺れに気づく人がいる。	震度7	●揺れにほんろうされる。 ●ほとんどの家具が移動し、飛ぶものもある。 ●耐震性の高い木造住宅でも、まれに傾くことがある。

地震が起きたらどうするか？

大きな地震が発生したら、冷静に対応するのは難しいもの。しかし、一瞬の判断が生死を分けることもあります。地震が起きても「あわてず、落ち着いて」行動するために、以下の行動パターンを覚えておきましょう。

地震発生

●落ち着いて、自分の身を守る
机の下などへもぐる。倒れてくる家具や落下物に注意を。
●火の始末はすばやく
コンロの火を消し、ガスの元栓を閉める。無理はしない。
●ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する

1～2分

●火元を確認、出火していたら初期消火
●家族の安全を確認
●靴をはく
ガラスの破片などから足を守る。
●非常持出品を手近に用意する

津波、山・がけ崩れの危険が予想される地域はすぐ避難

3分

●隣近所の安全を確認
特に一人暮らし高齢者など災害時要援護者がいる世帯には積極的に声をかけ、安否を確認する。火が出ていたら大声で知らせ、協力して消火をする。
●余震に注意
大きな地震の後には余震が発生する。

5分

●ラジオなどで情報を確認
間違った情報にまどわされないように。
●電話はなるべく使わない
●家屋倒壊などの恐れがあれば避難する
ブロック塀やガラスに注意。車は使用しない。

5～10分

●子どもを迎えに
保育所（園）・幼稚園や小・中学校に子どもを迎えに行く。自宅を離れるときには、行き先を書いたメモを目立つ場所に残す。
●さらに出火防止を
ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る。

10分～数時間

●消火・救出活動
隣近所で協力して消火や救出を。あわせて消防署等へ通報する。

～3日くらい

●生活必需品は備蓄でまかなう
災害発生から3日間は、外からの応援は期待できない。
●災害情報、被害情報の収集
市の広報に注意する。
●壊れた家には入らないこと
●引き続き余震に警戒する

避難生活では

●自主防災組織を中心に行動を
●集団生活のルールを守る
●助け合いの心を

防災○×クイズ

料理中に地震が発生！ 火災がこわいので、とにかく火を消すことを優先すべきだ。

大きく揺れている間に火元に近づくのは危険。無理をして火を消そうとすると、大やけどをすることもあります。まずは自分の安全を確保して、揺れがおさまってから火を消しましょう。

屋内にいる場合 ～とっさの状況判断が、生死を左右します～

●自宅では

料理中

●揺れを感じてすぐに火を消せるときは、火を消しましょう。
●大きな揺れの場合は身を守ることを最優先に。大揺れを感知すると自動的にガスの供給を遮断するガスマイコンメーターの設置が進んでいるので、決して無理をしないでください。
●台所には食器棚や冷蔵庫、コンロ上の鍋など、危険がいっぱい。なるべく早く台所から離れましょう。

寝ているとき

●ふとんやまくらで頭を守り、ベッドの下など、家具が倒れてこないところに身をふせます。
●暗やみでは、室内の様子を把握しにくくなります。ふだんからまくら元にはスリッパや懐中電灯、携帯ラジオなどを置いておきましょう。

お風呂やトイレに入っているとき

●風呂場やトイレは比較的安全な場所といわれています。あわてて飛び出さず、ドアや窓を開けて出口を確保しましょう。
●タイルなどの落下物に注意しましょう。
●お風呂に入っているときは、落ち着いてボイラーの火の始末をしましょう。

集合住宅では

●家具などで出口がふさがれないように注意。ドアを開けて逃げ道を確保します。
●玄関から避難できないときには、避難ばしごやロープを利用してベランダから脱出します。エレベーターは使わないこと。

●学校・勤務先では

学校にいるとき

●先生や校内放送の指示に従いましょう。
●教室にいるときは、すぐ机の下にもぐり、机の脚をしっかり持ちます。
●本棚や窓から離れ、安全な場所に移動しましょう。

職場にいるとき

●窓際やロッカー、資料棚などから離れて、机の下などに入り身を守ります。
●揺れがおさまったらガス湯沸かし器などのスイッチを切るなど、火元を確認しましょう。

●外出先では

デパート・スーパーにいるとき

●ショーケースの転倒、商品の落下、ガラスの破片に注意し、柱や壁際に身をよせ、衣類や手荷物で頭を守りましょう。
●店員の指示に従って行動しましょう。あわてて出口に殺到すると、パニックになることがあり危険です。

エレベーターの中

●地震時管制装置がついているエレベーターは、自動的に最寄りの階に停止するので、停止した階で降ります。装置がついていなければ、すべての階のボタンを押し、停止した階で外に出ます。
●閉じ込められたとき、天井などから無理に脱出するのは危険。非常ボタンやインターホンで連絡をとり、救出を待ちましょう。

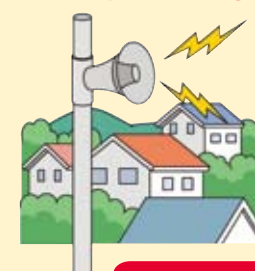
地下街にいるとき

●地下街は比較的安全といわれています。大きな柱や壁に身をよせ、揺れがおさまるのを待ちます。
●地下街には約60mおきに出口があるので、あわてないで行動を。
●もし火災が発生したら、ハンカチなどで鼻と口をおおい、壁づたいに体を低くして地上に避難しましょう。

劇場や映画館にいるとき

●座席の間にうずくまり、カバンや衣類で落下物から頭を守りましょう。
●頭上に大きな照明などがある場合には、その場から移動を。
●閉ざされた空間ではパニックにおちいりがち。あわてず、係員の指示に従いましょう。

緊急地震速報が出されたら

周囲の状況に応じて あわてずに まず身の安全を確保する！

緊急地震速報（2007年10月1日開始）は、地震の発生直後に、震源近くで地震波をキャッチし、強い揺れが始まる直前にすばやくお知らせする新しい情報です。最大震度5弱以上が推定される場合に、テレビやラジオを通じて、揺れが来ることをお知らせします。
緊急地震速報を見聞きしてから強い揺れが来るまでの時間は、**数秒から数十秒**しかありません。その短い間に、自分の身を守ることを優先に行動しましょう。

震源に近い地域では、緊急地震速報が強い揺れに間に合わないことがあります。

防災○×クイズ

Q　デパートで買い物中に地震発生。エレベーターですぐに1階に降りるべきだ。

A　×　エレベーターは停電により閉じ込められる危険があるので、階段で避難するようにしましょう。また、出口に大勢が殺到するとパニックになる可能性もあります。あわてず係員の指示に従って行動しましょう。

屋外にいる場合

●歩いているとき

繁華街にいるとき

●ガラスや看板、ネオンサインなどの落下物に注意。手荷物などで頭を守り、広場などへ逃げましょう。
●建物や塀、電柱などから離れましょう。自動販売機の転倒にも注意を。

住宅街にいるとき

●ブロック塀や石壁、門柱から離れましょう。倒壊の危険性があります。
●屋根がわらなどの落下物に注意しましょう。
●切れて垂れ下がっている電線にはけっして触らないように。

橋の上にいるとき

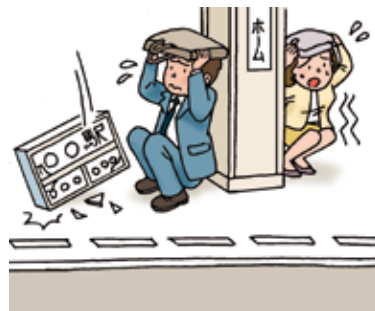
●橋や歩道橋の上にいるときには、振り落とされないように手すりやさくにしっかりつかまりましょう。
●橋は倒壊の恐れがあります。揺れがおさまったら即座にその場を離れましょう。

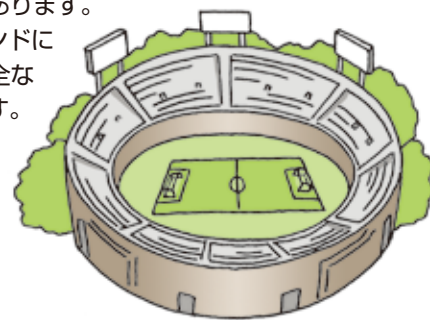
海岸やがけ付近にいるとき

●すみやかに安全な場所に避難します。海岸の場合は、高台などに避難し、津波情報をよく確認しましょう。
●がけを背にした家屋では、普段からがけから離れた部屋を生活の中心にしましょう。とっさに外に逃げ出せるよう室内の避難通路を確保することも忘れずに。

●こんなところにいたら…

駅のホームにいるとき

●掲示板や看板などの落下物に注意。
●改札口に殺到するとパニックになります。大きな揺れがおさまるまで、近くの柱に寄り添い、構内アナウンスに従いましょう。

スタジアムにいるとき

●出入り口に大勢が殺到すると、将棋倒しなどに巻き込まれる危険性があります。
また、グラウンドに逃げる方が安全な場合もあります。

乗り物に乗っている場合

●自動車に乗っているとき

車の運転中

●急ブレーキは大事故の原因になります。ハンドルをしっかり握って徐々にスピードを落とし、道路の左側に停車してエンジンを切りましょう。
●揺れがおさまるまで車外には出ず、カーラジオなどで情報を確認しましょう。
●車を離れるときは、窓を閉め、キーをつけたままで。緊急時に移動させることもあるので、ドアロックもしないように。

バスに乗っているとき

●座っている場合は前かがみになって、前の座席の背もたれをしっかりとつかみます。
●立っている場合は、つり革やシートの手すりをしっかり握るか、しゃがみこんで座席の脚にしがみつくようにしましょう。
●揺れがおさまってもあわてて外に飛び出さず、運転手の指示に従います。

●電車に乗っているとき

電車に乗っているとき

●電車は揺れを感じると、自動的に停車します。将棋倒しや網棚からの落下物に注意し、つり革や手すりにしっかりつかまりましょう。
●座っているときは、足をふんばって上体を前かがみに。雑誌やバッグなどで頭を保護しましょう。
●勝手に降車せず、係員の指示に従いましょう。

地下鉄に乗っているとき

●地下鉄は比較的安全だといわれています。揺れを感じたら、つり革や手すりにつかまって、転倒しないように注意を。
●むやみに線路に降りると高圧電流により感電する恐れがあるので、落ち着いて係員の指示を待ちましょう。

新幹線に乗っているとき

●新幹線は、地震を感知して走行を止める際、停車による大きな衝撃を受けます。瞬時に前かがみになって、落下物から頭を守るようにしましょう。
●通路に立っている人は、放り出されないように座席の取っ手をしっかり握るか、しゃがみこんで座席にしがみつくようにします。

車で避難しないように

地震発生時は、消防車などの緊急車両の通行を確保することが大切です。みんなが車を使って避難すると、緊急車両や避難する人たちのじゃまになり、混乱を大きくしてしまいます。山間部の土砂災害危険地域や歩行困難な高齢者や病人のいる家庭など、どうしても車を使わなければならない場合以外は、徒歩で避難しましょう。

防災○×クイズ

Q 道路を歩いているときに地震が起きたら、建物や塀につかまり揺れをしのぐ。

A ×

建物やブロック塀は倒壊の危険があるほか、看板やガラスなどが落下してくる危険があります。道路にいるときに地震が発生したら、バッグなどで頭を守り、建物やブロック塀から離れるようにしましょう。

地震にどう備えるか？

大地震の発生に備えて、建物や土地の安全性など、私たちの身のまわりにどんな危険個所があるのかをチェックし、事前に安全対策をしておきましょう。建物の耐震化や家具の転倒防止対策は、私たちの命を守る最も有効な手段です。

地震に強い家をつくろう

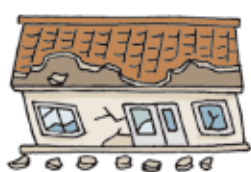
- 住んでいる家屋の地震に対する耐力を確認しましょう。市では木造住宅の無料耐震相談会を行っています。詳しくはお問い合わせください。
  ［問い合わせ］袖ケ浦市 建築住宅課 ☎0438−62−2111
- 木造住宅の場合、白アリ被害などで木材が腐っている場合もあります。点検し、必要があれば修理をしましょう。
- インターネットでは簡易な耐震診断法も紹介されています。
  （財団法人日本建築防災協会「誰でもできるわが家の耐震診断」
  http://www.kenchiku-bosai.or.jp/wagayare/wagayare.pdf）

地震によってこんな被害が起こります

一戸建て

古い平屋建ての倒壊

1階部分の崩壊

かわらの落下

外装材の落下

ビル・マンション

ピロティ※の崩壊
↓
1階部分が崩壊する

柱に斜めにひび割れ
↓
建物が大きく傾く

柱・梁（はり）接合部の破断

補強ブレース（支柱）の破断

※1階が駐車場や玄関など壁が少なくなっている部分のこと

家の内外の危険個所をチェックしよう

屋内

家の中に、家具のない安全なスペースを確保する

部屋が複数ある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換えを。

寝室や子ども、高齢者、病人のいる部屋には倒れそうな家具を置かない

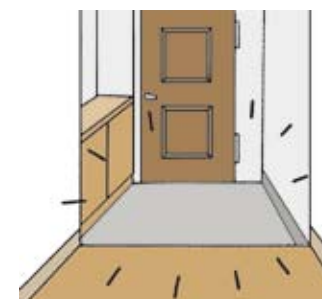
就寝中に地震が発生した場合、子ども、高齢者、病人などは倒れた家具が妨げとなって逃げ遅れる可能性があるので、十分に注意を。

家具の転倒や落下を防止する対策をとる

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすく危険。また、家具の上に落ちる危険のあるものを置かないように。
（16ページを参照）

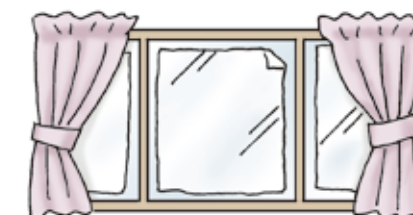
出入り口や通路には物を置かない

安全に避難できるように、玄関など出入り口までの通路に、家具や倒れやすい物を置かない。また、いろいろな物を置くと、いざというときに出入り口をふさいでしまうことも。

屋外

ベランダ

- 植木鉢や物干しざおなど、落下の危険性があるものは防止策を。
- ベランダから避難できるよう常に整理整頓を。

ガラス

- 飛散防止フィルムを貼る。
- 食器棚や額縁などに使われているガラスにも飛散防止フィルムを貼る。

屋根

- アンテナはしっかりと固定する。
- 屋根がわらのチェックを。ひび割れ、ずれ、はがれがある場合は補強を。

ブロック塀

- 土中にしっかりとした基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは補強を。
- ひび割れや傾き、鉄筋のさびがある場合は修理する。

プロパンガス

- ボンベを鎖でしっかり固定しておく。

防災○×クイズ

災害時には、近くにいる人のうわさではなく、テレビ・ラジオなどの情報を頼りにする。

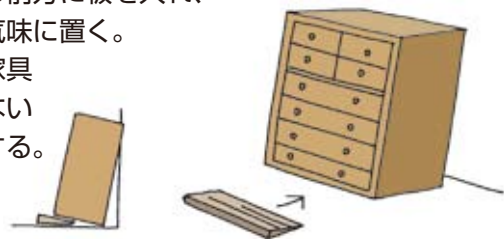
災害が起こったときは、みんながパニックにおちいりがちです。
人のうわさは、正しい情報を伝えていないこともあるので、ラジオや公共機関が発表する情報を頼りに行動しましょう。

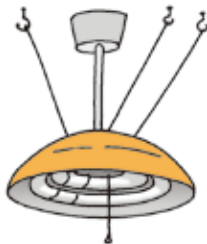
家具の転倒・落下を防止しよう

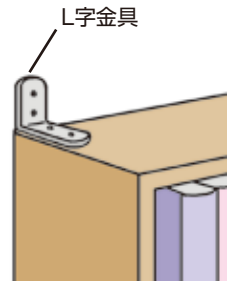
■ 収納に工夫を

●重いものは下に、軽いものは上に収納する。
●本棚などは、隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間を作らない。

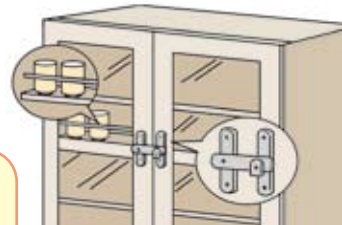
■ 置き方に工夫を

●家具の下部の前方に板を入れ、壁にもたれ気味に置く。
●就寝場所に家具が倒れてこないように配置する。

■ 照明器具の補強を

●天井に直接取り付けるタイプの照明が安全。
●つり下げ式のものは、鎖と金具を使って数か所留めて補強する。
●蛍光灯は蛍光管の落下を防止するため、両端を耐熱テープで止めておく。

■ 耐震金具を利用しよう

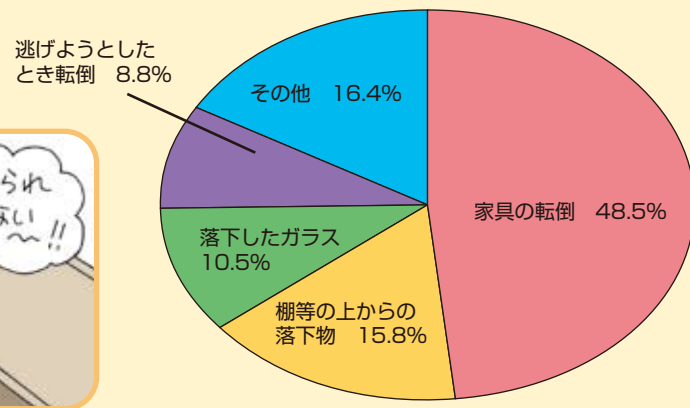
●転倒防止金具
壁・柱・鴨居(かもい)と家具を固定するタイプと、床などに固定するタイプとがある。家具や室内の状況によって選ぼう。

●重ね留め用金具
重ねた上下の家具を固定し、上の家具の落下を防ぐ。

●扉・引き出し開放防止金具
扉・引き出しが開かないようにする。

さらに、収納物の落下を防止するために、棚板に滑り止めにふきんなどを敷いたり、木やアルミの棒による飛び出し防止枠を付けると安心です。

冷蔵庫などの家電製品には専用の転倒防止金具が用意されている場合もあります。取扱説明書を読んで活用を。

家具が転倒するとどうなるの?

建物が無事でも家具が転倒すると、その下敷きになってけがをしたり、室内が散乱することにより逃げ遅れてしまう場合があります。家庭での被害を防ぎ、安全な逃げ道を確保するためにも、家具の転倒・落下防止対策を実践しておきましょう。

●阪神・淡路大震災でけがをした人の原因

(神戸市消防局調査より)

家族で話し合っておくことは?

実際に地震が発生したときのことを想定して、各自ですべきことや避難方法、連絡方法などを家族で話し合っておきましょう。

1 役割分担を決める

●日常の予防対策上の役割と地震発生時の役割を決めておく。
●高齢者や乳幼児などがいる場合は、保護担当者を決める。

2 危険個所をチェック

●家の内外をチェックして、危険個所をさがす。
●危ない個所は、修理や補強方法について話し合う。

3 安全な空間を確保

●家具の配置換えをして、家の中に安全なスペースを確保する。
●家具の転倒・落下を防ぐ方法を決める。

4 非常持出品のチェック

●必要な非常持出品がそろっているか確認する。
●定期的に保存状態や使用期限を点検・交換する。

5 防災用具などの確認

●消火器や救急箱、非常用品の置き場所を確認。
●消火器の使い方を覚えておく。
●応急手当ての方法を覚えておく。

6 連絡方法や避難場所の確認

●家族が離ればなれになったときの連絡方法や避難場所を確認する。
●できれば休日などを利用し、みんなで避難経路などの下見をしておく。
●防災連絡カードを作り、携帯しておく。

災害用伝言ダイヤル 「171」を覚えておこう!

災害時は一般の電話がつながりにくくなります。安否の確認などには、NTTの災害用伝言ダイヤルサービスを活用しましょう。

災害用伝言ダイヤルの使用法

●被災地の人は自宅の電話番号を、被災地以外の人は被災地の人の番号を(市外局番から)

伝言を吹き込む　1 7 1 → 1 → (○○○) ○○○-○○○○ → 伝言を入れる(30秒以内)
伝言を聞く　1 7 1 → 2 → (○○○) ○○○-○○○○ → 伝言を聞く(30秒以内)

※携帯電話会社各社は、災害時に安否情報を登録・確認できる「災害用伝言板サービス」を提供します。

防災○×クイズ

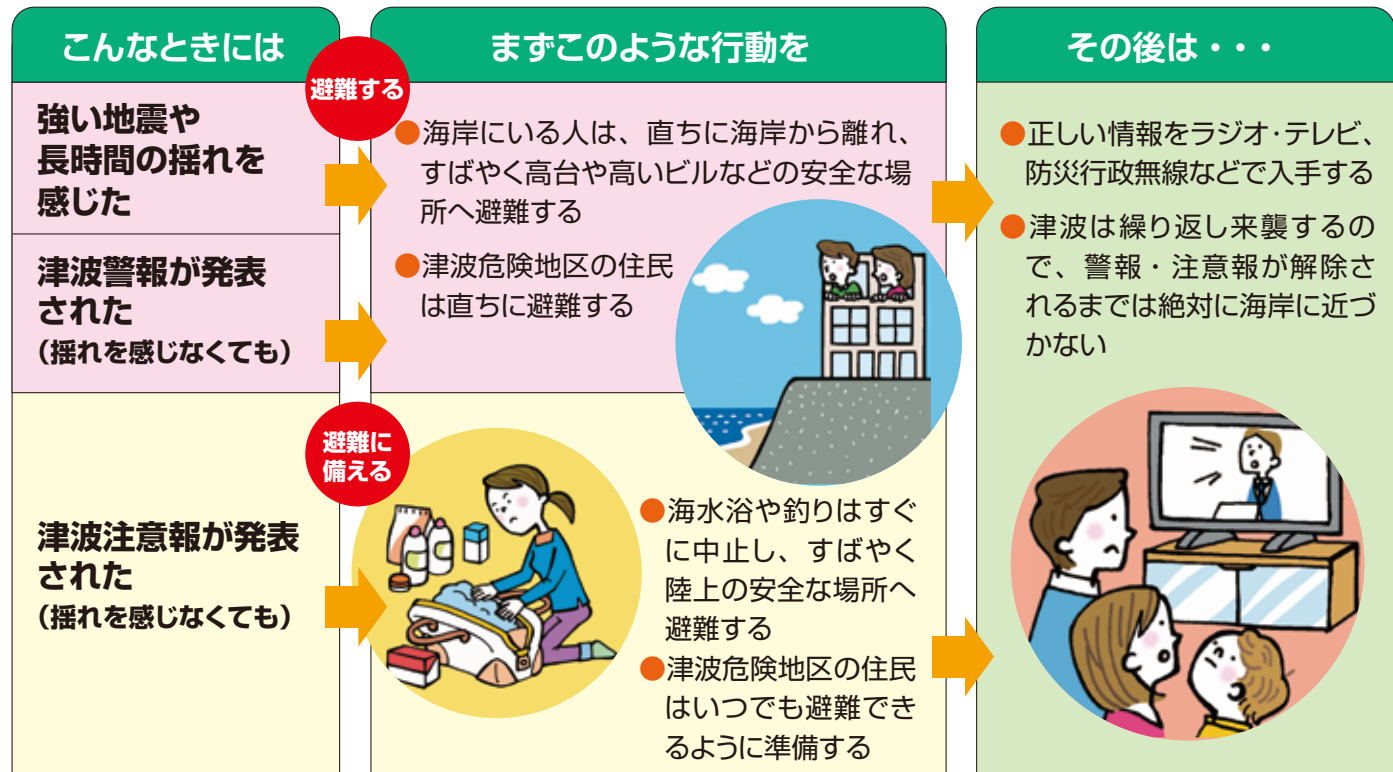
Q 家具は中に物をたくさん入れて重くしておけば、地震が起きても倒れる心配はない。

A

× 重そうに見えるタンスなども、地震が起きたら倒れてしまいます。実際に家具の転倒により死亡するケースもあります。家具の転倒防止対策をきちんと行っておきましょう。

津波からの多大な被害を軽減する！

東日本大震災の津波は青森県から千葉県の太平洋沿岸に甚大な被害をもたらしました。津波から身を守るには、唯一「逃げる」しかありません。津波注意報や警報が発表されたらとにかく高い場所に避難してください。

こんなときには	まずこのような行動を	その後は・・・
強い地震や長時間の揺れを感じた 津波警報が発表された（揺れを感じなくても）	避難する ●海岸にいる人は、直ちに海岸から離れ、すばやく高台や高いビルなどの安全な場所へ避難する ●津波危険地区の住民は直ちに避難する	●正しい情報をラジオ・テレビ、防災行政無線などで入手する ●津波は繰り返し来襲するので、警報・注意報が解除されるまでは絶対に海岸に近づかない
津波注意報が発表された（揺れを感じなくても）	避難に備える ●海水浴や釣りはすぐに中止し、すばやく陸上の安全な場所へ避難する ●津波危険地区の住民はいつでも避難できるように準備する	

●津波警報・注意報の種類

それぞれ予想される津波の高さをメートル単位で発表するほか、海岸に津波が到達する予想時刻もあわせて発表されます。

種類		解説	発表される津波の高さ
津波警報	大津波	高いところで 3m程度以上の津波が予想されますので、厳重に警戒してください。	3m、4m、6m、8m、10m以上
	津波	高いところで 2m程度の津波が予想されますので、警戒してください。	1m、2m
津波注意報	津波注意報	高いところで0.5m程度の津波が予想されますので、注意してください。	0.5m

注：「津波の高さ」とは、平常の海面から、津波によって高くなった高さのこと。
※津波警報等の発表基準は、今後見直されることがあります。

津波から身を守るには？

津波は地震発生後、あっという間にやってくることがあります。海岸にいるときに強い地震や長い時間の揺れを感じたら、津波警報等の有無にかかわらず、一刻も早くその場を離れて、高台などの安全な場所に避難しましょう。

●津波から避難する4つのポイント

① 地震の揺れの程度で自ら判断しない

揺れがそれほどなくても津波が起きるケースは、過去にもしばしばありました。明治三陸地震津波（1896年）では、沿岸で震度３程度だったにもかかわらず、大津波が押し寄せています。津波の危険地域では小さい揺れでも、揺れを感じなくても、まずは避難を最優先にしましょう。

② 避難の際に車は使わない

原則として、車で避難するのはやめましょう。東日本大震災の地震の直後、沿岸部各地では避難しようとする車で渋滞が発生。そのために津波にのみ込まれて命を落とした人が多数出ました。

③ 津波の“俗説”を信じるな

日本海中部地震（1983年）では、秋田県で浜辺に遠足に来ていた小学生らが津波にさらわれるなどの被害がありました。この地震が発生するまでは「日本海では津波はない」という俗説が伝えられており、住民には津波への警戒心が足りなかったと指摘されています。根拠のない俗説に命をゆだねることなく、気象庁の津波情報に耳を傾けましょう。

④ “遠く”よりも“高く”に

すでに浸水が始まってしまった場合などは、思うように避難できないことが予想されます。そんな場合は、遠くよりも高い場所、例えば近くの高いビルなどに逃げ込みましょう。ただし、鉄筋コンクリート造りで３階建て以上の建物の３階以上に避難しましょう。津波避難ビルがあれば、そこに避難しましょう。

津波や津波避難に関するマークを覚えておこう！

総務省消防庁では、津波や津波避難に関する統一的な表示マーク３種類を定めています。これらのマークを、しっかり覚えておきましょう。

●津波注意（危険地域）

「地震が起きた場合、津波が来襲する危険性が高い地域」を表しています。

●津波避難場所

「津波に対して安全な避難場所・高台」を表しています。

●津波避難ビル

「周りに高台がない場合に利用する。津波から避難できる高さ・耐震を有するビル（津波避難ビル）」を表しています。

防災○×クイズ

Q 海岸で大きな揺れを感じたら、すぐに高台へ逃げる。貴重品も取りに行かない方がよい。

A

津波から逃げるのは時間とのたたかいです。貴重品などを取りに行っている数分の差で命をおとす場合もあります。命あっての財産です。揺れを感じたら、すぐに高台に逃げるようにしてください。

初期消火は出火直後に！

出火の現場に居合わせたら、まず「通報」「初期消火」「避難」が大切です。優先順位は状況により異なります。出火直後なら「通報」と「初期消火」の優先順位が高くなりますが、そのために逃げ遅れては大変です。あわてず冷静な判断を心掛けましょう。

行動1 通報

大声で「火事だ！」と叫ぼう

- 大きな声で叫び、隣近所に知らせる。声が出ない場合は、非常ベルや音の出るものをたたく。
- どんなに小さな火事でも119番通報を。

行動2 初期消火

出火直後が勝負

- 火がまだ横に広がっているうちなら消火は可能。
- コップに入った水や座ぶとんなど、身近なものを最大限に活用しよう。

行動3 避難

危険を感じたらすぐ避難

- 避難するときは燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を遮断（しゃだん）。すみやかに行動を。

火元別の消火方法を覚えておこう

ストーブ

- 消火器は直接火元に向けて噴射する。石油ストーブの場合は粉末消火器で。
- 消火器がない場合は、水にぬらした毛布などを手前からすべらせるようにかぶせ、空気を遮断する。

電気器具

- コンセントかブレーカーを切り、粉末消火器で消火する。泡消火器や水などは感電のおそれがあるので使用しないように。

カーテン・ふすま・障子

- カーテンなどは上に燃え広がる前の対処が重要。火がついたら、引きちぎってから消火しよう。
- ふすまや障子などはけり倒し、足で踏むなどして消す。その後、水をしっかりかけて消火する。

コンロ

- 油なべの場合、水をかける、マヨネーズや野菜を入れるのは厳禁。
- 粉末消火器はなべの全面を覆うように、強化液消火器はなべのふちに向け噴射する。
- 消火器がない場合は、ぬらしたシーツやバスタオルを手前からかぶせ、空気を遮断する。

たき火

- 消火器を使う。消火器がない場合は水をかける。水の準備ができないときは、近くのほうきや木でたたいて消し、その後、水をしっかりかけて消火する。

逃げるタイミングは天井への延焼！

避難する目安は、天井まで火が燃え移ったとき。火が天井に燃え移るまでの間は初期消火に努めますが、もし炎が天井に燃え移ったら、けっして自分で消火をしようとせず、迷わずすぐに避難をしてください。

消火器の使い方を覚えておきましょう

消火器の種類

消火器には、どんな種類の火事に適しているかを示すラベルが表示されています。使用目的に合った消火器を選びましょう。一般の家庭の場合は、万能タイプの粉末消火器か強化液消火器が便利です。

火災の種類・ラベルの色 ／ 消火器の種類	普通火災 木材・紙など一般可燃物による火災	油火災 灯油・ガソリンなどが燃える火災	電気火災 電気設備など感電の恐れがある火災
	白 ○	黄色 ●	青 ●
粉末消火器	○	○	○
強化液消火器	○	○	○
泡消火器	○	○	×

消火器の使い方

① 安全ピンに指をかけ、上に引き抜く

② ホースをはずして火元に向ける

③ レバーを強くにぎって噴射する

構え方

①火の風上に回り、風上から構える。
②やや腰をおとして低く構える。
③熱や煙を避け、炎には真正面から向き合わない。
④炎を狙うのではなく、火の根元を掃くように左右にふる。

点検のポイント

住宅用防災機器を活用しよう

■火災の発生を早く知る

＜住宅用火災警報器＞
煙や熱を感知すると、警報音で知らせてくれます。平成18年から袖ケ浦市火災予防条例により、設置が義務づけられています。

■火災防止に

＜安全装置付調理器具＞
異常な過熱や火が消えた際に、自動的にガスの供給を止めます。

■火災の被害を最小限に

＜防炎品＞
火がついても燃え広がりにくい防炎品。カーテンやカーペット、寝具、エプロンなど。

＜簡易式消火具＞
小型で軽量タイプの消火具です。

＜簡易自動消火装置＞
火災の熱を感知すると、自動的に薬剤を放出します。

＜住宅用スプリンクラー設備＞
火災の熱を感知すると、部屋全体に放水します。

防災○×クイズ

油なべは、どんなに弱火にしておいても発火することがある。

油は温度が360～400℃まで上昇した時に自然発火します。どんなに弱火にしていても発火温度に達するので、火がついているときは絶対にその場から離れないように。油の加熱を防止する機能がついたガスコンロを利用するのも発火防止策のひとつです。

防災ワンポイントアドバイス

いざというときのための

避難に関する知識

災害が発生し、家屋内にとどまることが危険な状態になった場合は、落ち着いてすばやく避難する必要があります。その際には、子どもや高齢者、障害のある方など災害時要援護者の保護を念頭に置き、近所の一人暮らし高齢者世帯などにも声をかけるなど近隣で協力することが大切です。

避難のタイミングを見逃すな

- 市から避難勧告や避難指示が出たとき。
- 津波、土石流、がけ崩れ、地すべりなどの恐れがあるとき。
- 建物が倒壊する危険があるとき。
- 近隣で火災が発生し、延焼の恐れがあるとき。
- 自宅で火災が発生し、火が天井まで燃え移ったとき。
- 危険物が爆発する恐れがあるとき。

避難するときはこんな服装で

- ヘルメット（防災ずきん）をかぶる。
- 非常持出品はリュックサックに入れて背負う（両手が使えるように）。
- 長袖・長ズボンを着用。燃えにくい木綿製品がよい。
- 軍手や革手袋をはめる。
- 靴は底の厚い、はき慣れたものを。
- マスクをする（地震の場合は粉じんがまっている）。

避難時のポイント

- 避難する前にもう一度火元を確認。ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーも落とす。
- 荷物は最小限の非常持出品に限る。
- 外出中の家族には避難先を記した連絡メモを目立つ場所に残す。
- 移動するときは、狭い道、塀や自動販売機のそば、川べり、ガラスや看板の多い場所は避ける。
- 避難場所へ徒歩で移動する。
- 子ども、障害者、高齢者など災害時要援護者を中心にして避難者がはぐれないように。

避難所で過ごす

自宅を離れて避難所で生活するのは大変不自由なことです。ストレスや過労から体調を崩してしまうこともあります。実際、阪神・淡路大震災や新潟県中越地震では、長引く避難所暮らしが体力の弱い高齢者等の命を奪ってしまう悲劇が相次ぎました。避難している住民同士で助け合うことはもちろん、支援してくれる医師・看護師といった専門家や相談相手としてのボランティアなどを積極的に活用して、心身の健康を保つように努めましょう。

東日本大震災で避難所となった体育館（気仙沼市）

避難生活における健康管理

東日本大震災のような大規模災害が発生すると、避難生活は相当の長期化が予想されます。不自由な避難所生活においても、できるだけ普段の生活を取り戻すつもりで、体をこまめに動かしながら以下のような病気に注意しましょう。

■ 感染症予防

冬期の場合には、集団生活をする避難所では風邪やインフルエンザなどの感染症が広がりやすくなります。

- こまめに、うがいや手洗いを励行しましょう
- できるだけマスクを着けましょう
- 下痢をしている人は脱水状態にならないよう水分補給を心がけましょう

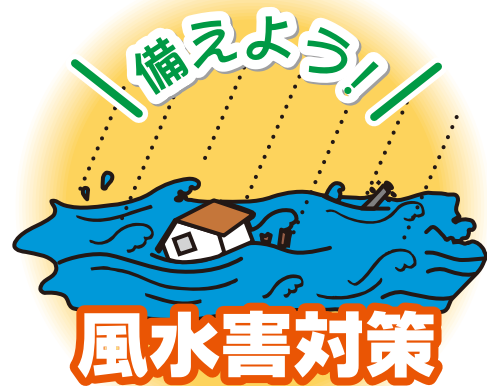
■ エコノミークラス症候群予防

エコノミークラス症候群とは、長時間足を動かさないでいることで足の静脈に血栓（血の塊）ができ、歩き出した後などに血栓の一部が血流に運ばれて肺や脳の血管をふさいでしまう病気です。肺栓塞や脳卒中を発症する恐れもあります。長時間飛行機に乗った場合などに見られることからこの名がついています。避難生活ではできるだけ体を動かすようにしましょう。

- できるだけ体を動かしましょう
- 座ったままでも、足の指やつま先を動かすなど足の運動をしましょう
- 十分な水分をとり、脱水症状にならないようにしましょう
- 避難所ではゆったりとした服装で過ごしましょう

■ 一酸化炭素中毒予防

車の中に避難している場合には、長時間冷暖房をつけっぱなしにしていると一酸化炭素中毒の危険性が高まります。狭い屋内でストーブなどを使う場合も同様です。新鮮な空気に入れ替えることが重要です。

- こまめに窓を開けるなど、換気をする
- 暖房機器についている排気口に異常がないか確認しておく

自然の脅威、風水害。気象の変化に警戒を!

日本周辺では、毎年平均約27個の台風が発生しており、全国各地に強風や大雨による被害をもたらしています。また、集中豪雨による水害や土砂災害などの被害も後をたちません。2000〜2009年の10年間で、風水害による死者・行方不明者は584人、住家被害は2万8,840件にも及んでいます。

風水害は山間部や河川部でのみ発生するものと考えがちです。しかし近年では、集中豪雨により都市部のライフラインが壊され、地下室に水が流れ込んで死者が出るなど、新しい水害も生じています。

●風水害等による被害状況

(注)地震、火山噴火による被害を除いた数値(平成22年版『消防白書』)

●風の強さと被害

平均風速(m/秒)	予報用語	想定される被害
10以上〜15未満	やや強い風	風に向かって歩きにくい。取り付け不完全な看板やトタン板が飛ぶ。
15以上〜20未満	強い風	風に向かって歩けない。高速道路で通常速度での運転が困難。
20以上〜25未満	非常に強い風(暴風)	物につかまってしっかりと立たないと転倒する。飛来物でガラスが割れる。
25以上〜30未満		立っていられない。車の運転は危険。ブロック塀が壊れる。
30以上〜	猛烈な風	屋根が飛ばされる。木造住宅の全壊が始まる。

(気象庁による)

●雨の強さと被害

1時間雨量(ミリ)	予報用語	想定される被害
10以上〜20未満	やや強い雨	ザーザーと降る。雨の音で話し声がよく聞き取れない。
20以上〜30未満	強い雨	どしゃ降り。下水や小川があふれ、小さながけ崩れが発生。
30以上〜50未満	激しい雨	バケツをひっくり返したような雨。がけ崩れが起こりやすい。
50以上〜80未満	非常に激しい雨	滝のように降り、地下に水が流れ込む。土石流が起こりやすい。
80以上〜	猛烈な雨	大規模な災害が発生する恐れが強い。厳重な警戒が必要。

(気象庁による)

■ 大雨による主な災害

外水氾濫

河川の流量が異常に増加することによって起こる。堤防の決壊や河川の水が氾濫する。

内水氾濫

河川の増水や高潮によって排水がはばまれたり、排水が追いつかず下水道や排水路などがあふれる。

土砂災害

●山崩れ・がけ崩れ

山の斜面が急激に崩れ落ちる。瞬時に発生する。

●土石流

谷や斜面にたまった土砂や岩石が一気に押し流される。破壊力が大きい。

●地すべり

比較的ゆるやかな斜面の土壌が滑り落ちる。一度に広範囲で発生する。

危険な場所を覚えておこう!

高潮や浸水被害、土砂崩れなどは、被害を受けやすい場所を予測することが可能です。台風や大雨の際には、危険だと思われる場所にけっして近寄らないようにしてください。

高潮

海岸に近いゼロメートル地帯

満潮時の平均的な海面の高さよりも低い土地には注意。堤防が決壊すると大被害を受ける恐れがあります。

遠浅海岸や湾奥、河口部の土地

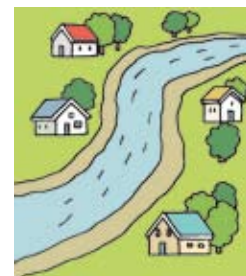
水深が急激に深くなる遠浅海岸や、湾の奥の土地などは、高潮のときに水位が上がりやすくなります。

浸水災害

沖積地

河川が運んできた土砂が河口付近に堆積してできた「三角州」や、過去に繰り返し発生した川の氾濫で土砂が堆積してできた「氾濫原」などは、冠水しやすいので注意。

河川敷

河川の流域や、昔、河川敷だった土地は、豪雨により浸水する危険性があります。

土砂災害

造成地

丘陵を切り崩してつくられた造成地は、地質や地形が不安定です。豪雨で地盤がゆるむと、崩れる危険が。

扇状地

山間部への集中豪雨で土石流が発生すると、山のふもとの扇状地が直撃を受ける恐れがあります。

山岳地帯

傾斜30度以上、高さ5m以上の急傾斜地は、雨でがけ崩れを起こす危険性があります。樹木の少ない山間部は土石流の注意も必要です。

都市部でも油断は禁物

都市部は、地表面の多くがアスファルトやコンクリートで覆われています。水が地面に浸透せず、下水道や川に集中して流れ込むため、集中豪雨などが発生すると、たまった水の行き場がなくなり市街地にあふれ、洪水が発生したり、地下室や地下街に氾濫した水が流れ込む危険性もあります。一方で、急激に進んだ宅地化による土砂災害なども実際に発生しています。都市部だからといって油断せず、十分に注意してください。

防災○×クイズ

台風は、夏にしか起こらないので、そのときだけ注意していれば安心だ。

8月は台風の発生が年間においてもっとも多く、日本本土への接近や上陸の割合も多くなっています。しかし、台風は夏にしか発生しないわけではありません。南方海上では年間を通して発生しています。季節に関係なく、日ごろから気象情報を確認する習慣をつけましょう。

危険は急激に迫ってくる！

風水害は、まだ大丈夫だと思っていても、急激に状況が変化する場合があります。危険が迫ってからでは手遅れになることもあるので、異変を感じたらすぐに対応するよう心掛けておきましょう。

風が強いとき

路上では

路上では、強風で看板が飛んだり、街路樹などが倒れたりする危険があります。近くの頑丈な建物に避難を。ただし、雨を伴う強風時には、地下室や地下街に逃げ込まないようにしてください。

屋内では

風圧や飛来物で窓ガラスが割れ、破片が吹き込む危険があります。内側からガムテープなどをはり、カーテンを閉めておきましょう。風が強いうちは窓に近づかないように。

海辺では

海への転落や高波に巻き込まれる危険があります。また、高潮の恐れもあるので、すみやかに高台へ避難しましょう。強風や豪雨のときには、警報が聞こえないこともあるので十分に注意を。

大雨のとき

河原では

河原などでは、上流の豪雨による急な増水や土砂崩れの危険があります。雨のときには川などに近寄らないことがいちばんです。もし河川にいるときに警報が聞こえたら、すみやかに避難を。

車の運転中は

豪雨の際は視界が悪いうえに、操作が利かなくなることも。できるだけ道路の中心よりの水が少ない場所を選びながら、ゆっくりと高台へ避難しましょう。浸水でエンストしたら、再始動させないように。エンジンを傷めます。

路上で浸水してきたら

高い建物へ避難しましょう。その際、エレベーターは閉じ込められる危険があるので、なるべく階段を使って上の階へ行きましょう。

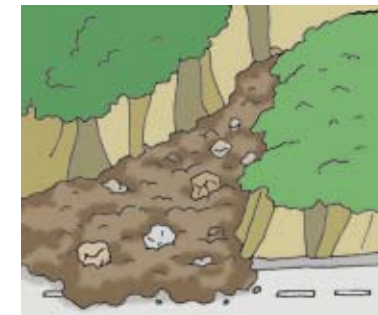
土砂災害は前兆に注意を

長雨や大雨、または地震が発生したときなどに次のような現象を確認したら、早めに避難し、公共の防災機関に通報しましょう。

がけ崩れ

- がけからの水がにごる。
- 地下水やわき水が止まる。
- 斜面のひび割れ、変形がある。
- 小石が落ちてくる。
- がけから音がする。
- 異様なにおいがする。

土石流

- 山鳴りがする。
- 雨が降り続いているのに、川の水位が下がる。
- 川の水がにごったり、流木が交ざる。

地すべり

- 地面にひび割れができる。
- 井戸や沢の水がにごる。
- がけや斜面から水がふき出す。
- 家やよう壁に亀裂が入る。
- 家やよう壁、樹木、電柱が傾く。

●土砂災害警戒情報とは

大雨により土砂災害の危険度が高まった市区町村に、都道府県砂防部局と気象台が共同して発表します。市区町村からの避難誘導指示や、住民の自主避難時の判断などに利用されることを目的とした情報です。

避難するときの注意点

避難勧告や避難指示が出されたら、すみやかに避難をしましょう。「まだ大丈夫」と自己判断せず、早めに対応することが命を守るポイントです。

1 動きやすく安全な服装で

ヘルメットや防災ずきんで頭を保護し、靴はひもでしめられる運動靴を。裸足・長靴は厳禁です。

2 足元に注意を

水面下には、マンホールや側溝などの危険な場所が。長い棒をつえ代わりにして、確認しながら歩きましょう。

3 単独行動はしない

避難するときは2人以上で。はぐれないように、ロープで結んで避難しましょう。

4 深さに注意

歩行可能な水深は約50cm。水の流れが速い場合は20cm程度でも危険です。

5 子どもや高齢者に配慮する

高齢者や病人などは背負い、子どもには浮き袋を着けさせて、安全を確保しましょう。

Q 台風の強い風が弱まったら、すぐに家のまわりの安全確認をした方がよい。

A ✕ 台風の強い風が急に弱まることがありますが、1～2時間後に吹き返しの強風がやってくることがあります。風が弱まったからといって安易に外に出たり、屋根に上ったりしないようにしましょう。

風水害にどう備えるか？

台風や豪雨は、正確な気象情報を収集し、
予想される事態への対策をとることで、被害を最小限に
とどめることができます。以下のポイントを踏まえて
事前に準備しておきましょう。

平常時の準備は

■ 家のまわりを保全する

- ●雨戸や屋根を補強する。アンテナはしっかり固定する。
- ●鉢植えや物干しざおなど、飛ばされそうなものは屋内へ移動させるか固定を。プロパンガスのボンベもしっかり固定する。
- ●ブロック塀や外壁のひび割れや亀裂は補強する。
- ●側溝や排水溝は掃除し、水の流れをスムーズにしておく。

■ 停電に備える

懐中電灯や携帯ラジオ、予備の電池を準備しておきましょう。

■ 断水に備える

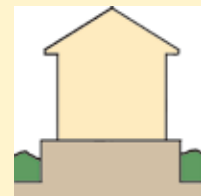
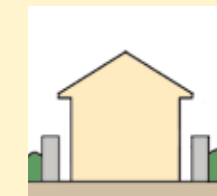
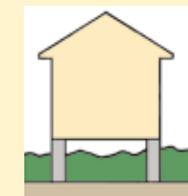
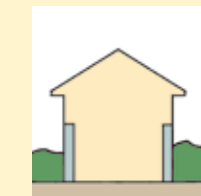
飲料水を確保する。また、浴槽に水を張るなどして、トイレなどの生活用水の確保も。

■ 非常持出品の準備

避難勧告や避難指示が出たとき、すぐに動けるように、貴重品や非常持出品の準備を。（36ページ参照）

あらかじめ災害に強い家をつくろう！

洪水などの危険が予想できる地域では、あらかじめ浸水に備えた家屋を建てておく。

●嵩上げ（盛り土）
敷地全体を高くする

●囲む
防水性のある塀を設置する

●高床式
基礎を高くする

●建物防水
外壁を防水性にする

被害が心配されるときには

■ 気象情報に注意する

テレビやラジオで発表される気象庁からの警報・注意報や、消防団、警察署、市からの情報に注意しましょう。気象台が発表する情報は、電話（177番）でも確認することができます。また、がけの亀裂や水位の変化など、身近な環境の変化にも注意を。

■ 窓ガラスを補強する

外から板でふさいだり、×印にガムテープをはるなどして補強を。ガラスが飛ばないように、内側からカーテンを引く。

■ むやみに外出しない

台風が接近しているときや、豪雨の危険性があるときは、むやみに外出しないように。外出時には天気予報を確認し、少しでも危険を感じる場所には近づかないことです。

■ 家財道具を移動させる

浸水が心配される場合は、家財道具や貴重品、生活用品、食料などを高い場所へ移動させておく。

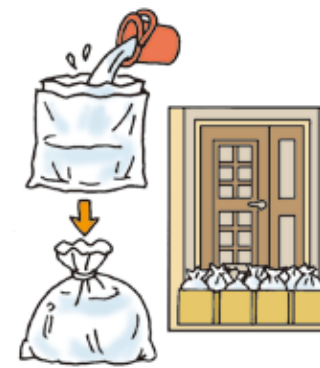
■ 安全な場所に避難する

被害が想定される場合には、事前に子どもや高齢者、病人などを安全な場所へ避難させておきます。

水のう・土のうの作り方

水深の浅い初期の段階なら、家庭にあるもので対応することができます。

●ゴミ袋を利用

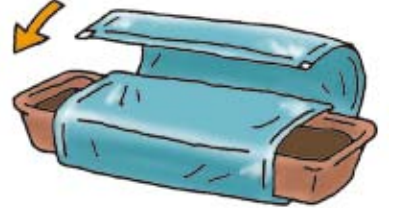
40ℓ程度の容量のゴミ袋を二重にして、半分程度の水を入れ、すき間なく並べる。段ボールに入れてつなげれば強度が増し、積み重ねることもできる。

●プランターとシートを利用

土の入ったプランターを縦長に並べ、レジャーシートを巻きつけて補強する。プランターの代わりに、水を入れたポリ容器や中に土を入れ重くしたビールケースなども利用できる。

防災○×クイズ

Q 川辺でキャンプ中、消防団から避難の指示があれば、小雨であっても従うべきだ。

A ○

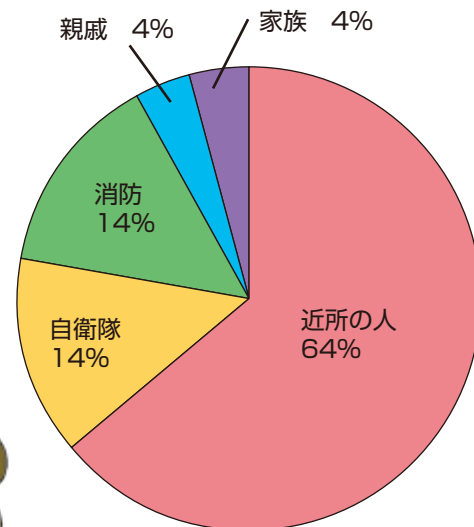
自然環境では、少しの雨でも土砂崩れの原因になったり、瞬時に河川が増水する危険があります。アウトドア活動をするときには携帯ラジオなどで気象情報に注意し、早めに対応しましょう。もちろん、地元の消防団や管理者の指示には従うべきです。

災害対策は地域のみんなで!

大災害が発生したとき、交通網の寸断、同時多発火災などにより、消防や警察などの防災機関が十分に対応できない可能性があります。そんなとき力を発揮するのが、「地域ぐるみの協力体制」です。実際に阪神・淡路大震災時には、地域住民が自発的に救出・救助活動をして被害の拡大を防ぎ、その後の復興にも大きな力を発揮しました。また、災害発生後の避難生活が長引く場合にも、地域住民が助け合って、さまざまな困難を乗り越えなければなりません。

自主防災組織とは、地域の人々が自発的に防災活動を行う組織です。「自分たちのまちは自分たちで守る」という心構えで積極的に自主防災組織に参加し、災害に強いまちづくりを進め、「地域防災力」を向上させましょう。

市では、新規結成の自主防災組織に防災資機材の貸与を行っています。自主防災組織の結成について、詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ　袖ケ浦市 総務課 防災対策室
（平成24年4月1日以降は、危機管理課の予定）
電話0438-62-2111

●人命救助をした人の内訳

（「1995年兵庫県南部地震による人的被害（その5）神戸市東灘区における人命救助活動に関する聞き取り調査」宮野道雄（大阪市大）他1996年日本建築学会大会学術講演梗概集）

自主防災組織の役割

平常時
- 地域内の安全点検
- 防災知識の普及・啓発
- 防災訓練

災害に備えるための活動を、日ごろから行います

災害時
- 初期消火
- 避難誘導
- 救出・救助
- 情報の収集・伝達
- 避難所の管理・運営

災害発生時に、人命を守り、被害の拡大を防ぐために行動します

平常時にすべきことは?

災害発生時の対応は、日ごろからいかに準備を行っていたかによって変わってきます。
いざというときに地域の力を発揮できるよう、平常時からみんなで連携し合いながら防災活動に取り組みましょう。

1 地域住民への防災知識の普及

防災対策においては、まず住民一人ひとりが防災に関心をもち、準備することが重要です。地域に防災知識を普及させるため、みんなが集まれる楽しいイベントなどを開催してみましょう。

活動例
- ●防災新聞の発行
- ●防災カルテ・防災地図の作製
- ●防災講演会・映画上映会の開催
- ●地域のお祭りや運動会等での防災イベントの実施
- ●防災キャンプの実施

2 防災巡視・防災点検

防災の基本は、自分の住むまちをよく知ることです。地域内の危険個所や防災上の問題点を洗い出しておきましょう。改善すべき点があれば、対策を立てて解決を。

点検ポイント
- ●燃えやすい物の放置状況
- ●違法駐車や放置自転車の状況
- ●ブロック塀や石垣、看板、自動販売機等、倒れやすいものの点検
- ●がけ、よう壁、堤防などの状態

3 防災資機材の整備

地域の実情に応じて、必要な資機材を準備しておきましょう。また、日ごろからの点検や使い方の確認も忘れずに。

主な資機材
●ヘルメット　●毛布、軍手、タオル、古着　●消火器　●担架
●救急医薬品　●非常食品　●電池式メガホン　●ロープ
●懐中電灯・強力ライト　●テント　●携帯ラジオ
●ハンマー、バール、斧、スコップ、電動ノコギリ、大型ジャッキなどの作業道具
●はしご　●自家発電装置　●防水シート　●炊飯用具　など

4 防災訓練

防災訓練は、いざというときに的確な対応をとるために欠かせないものです。地域の人たちの参加を積極的に呼びかけ、地域一丸となって防災訓練を行いましょう。

防災訓練の種類
●初期消火訓練　●避難誘導訓練
●救出・救護訓練　●給食・給水訓練
●情報収集・伝達訓練

防災○×クイズ

近隣の住民とのコミュニケーションも防災活動のひとつだ。

地域に住む人たちとの良好なコミュニケーションは、防災の第一歩です。近所にどんな人が住んでいるのか、家族構成はどうなっているのか、体の不自由な人がいるかなどをお互いに知り合っているだけでも、災害時の救援・救助活動などに役立ちます。

災害時にすべきことは？

災害時には、家屋等の下敷きになる人やけが人の発生、出火など、さまざまな事態が発生する可能性があります。こんなときこそ、地域のみんなで力を合わせて活動しましょう。

1 情報の収集・伝達

地域の被害状況や火災の発生状況をとりまとめます。また、災害に関する正しい情報を住民に伝達します。

2 救出活動

負傷者や倒壊した家屋などの下敷きになった人たちの救出・救助活動を行います。ただし、救出作業は危険を伴う場合がありますので、二次災害に十分注意してください。

3 初期消火活動

出火防止のための活動や、初期消火活動を行います。ただし、消防署や消防団が到着するまでの間、火災の拡大延焼を防ぐのが基本です。けっして無理はしないように。

4 医療救護活動

大災害時には大量の負傷者が出るため、すぐに医師による治療が受けられるとは限りません。その場合は応急手当てを行い、救護所へ搬送しましょう。

5 避難誘導

住民を避難所などの安全な場所に誘導します。避難経路は災害の状況により変化しますので、正確な情報に基づき誘導しましょう。

6 給食・給水活動

食料や水、応急物資などを配分します。また、必要に応じて炊き出しなどの給食、給水活動を行います。

防災ワンポイントアドバイス

災害時要援護者にやさしいまちづくりを

突然の災害に見舞われたとき、大きな被害を受けやすいのは、高齢者や子ども、障害者、傷病者などのなんらかの手助けが必要な人（災害時要援護者）です。こうした災害時要援護者を災害から守るために、地域で協力し合いながら支援していきましょう。

避難するときはしっかり誘導する

ひとりの災害時要援護者に対して複数の住民で支援するなど、地域で具体的な救援体制を決めておきましょう。隣近所で助け合いながら避難するようにしてください。

困ったときこそ温かい気持ちで

非常時にこそ、不安な状況に置かれている人の立場に立ち、支援する心構えを。困っている人や災害時要援護者に対し、温かいおもいやりの心で接しましょう。

日ごろから積極的なコミュニケーションを

災害時の支援活動をスムーズにするためには、災害時要援護者とのコミュニケーションを日ごろからはかっておくことが大切です。

誘導する際のポイント

●高齢者や傷病者
- 複数の人で対応します。
- 緊急のときはおぶって避難します。

●耳が不自由な人
- 口を大きく動かし、はっきりと話しましょう。
- 身ぶりや筆談などで正確な情報を伝えましょう。

●目の不自由な人
- つえを持つ手と反対側のひじのあたりに軽く触れるか、腕や肩をかして半歩くらい前をゆっくり進みましょう。
- 階段などの障害物を説明しながら進みましょう。

●車いすを利用している人
- 階段では2人以上で援助を。上りは前向き、下りは後ろ向きで移動します。
- 救援者が１人の場合はおぶいひもなどを利用し、おぶって避難を。

防災○×クイズ

Q 避難経路は、ひとつでも決めておけば安心だ。

A × 災害の種類や規模、昼間と夜間、火災発生時の風向きなどにより、安全な避難経路は異なってきます。どのような場合にも対処できるよう、事前に複数の避難経路を確認しておきましょう。

被害の拡大防止に日ごろの備えを!

災害時には、けが人が出ても救急車がすぐに駆けつけられるとは限りませんし、ライフラインもすぐには復旧できないでしょう。万が一の場合にすぐに対処できるよう、応急手当ての学習や非常持出品の準備をしっかりしておきましょう。

●阪神・淡路大震災データ

人的被害数	ライフラインの被害数(ピーク時)
死　　者：6,434人	水道断水：約130万戸 ※厚生省調べ
行方不明者：3人	ガス供給停止：約86万戸 ※資源エネルギー庁調べ
負傷者　重傷：10,683人	停　電：約260万戸 ※資源エネルギー庁調べ
軽傷：33,109人	電話不通：30万回線超 ※郵政省調べ

※水道断水、ガス供給停止、停電、電話不通については、ピーク時の数である。(『阪神・淡路大震災について(確定報)、平成18年5月19日』消防庁)

覚えておきたい応急手当てのポイント

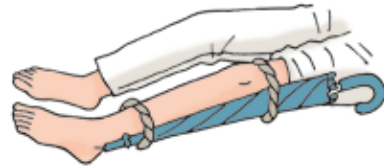
出　血

①出血している部分にガーゼやタオルを当て、その上から手のひらで圧迫する(圧迫止血)。
②この際、傷口は心臓よりも高い位置にする。また、感染を防ぐため、できる限り、ビニール手袋やビニール袋を使用するのが望ましい。

やけど

①流水で十分冷やす(患部に直接強い水圧がかからないように注意)。
②衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。
③水疱(水ぶくれ)を破らない。
④冷やした後は、消毒ガーゼかきれいな布で保護し、医療機関へ。

骨折

①折れた部分に添え木(副木)をあてて固定し、医療機関へ。
②適当な添え木がなければ、板、雑誌、傘、段ボールなど、身近にあるもので代用を。

ねんざ

①患部を冷やす。
②くつをはいたまま、上から三角巾や布で固定する。

在宅医療機器を使用している方へ

自宅で人工呼吸器などの医療機器を使用している方は、日ごろから、災害への備えをしていただくとともに、停電時の対応方法について、主治医または医療機器メーカーにご相談ください。

人が倒れていたときには?

人が倒れていたときには、一刻を争う場合があります。まずは倒れている人の肩を軽くたたきながら呼びかけ、すばやく状態を観察しましょう。意識がない場合にはすぐに心肺蘇生法を行うと同時に、大声で協力してくれる人を求め、救急車を呼びます。

心肺蘇生法の仕方

1 意識があるかを確認する

意識がなければ、大声で近くの人に助けを求めるとともに、119番通報を指示する。

2 意識がないときには、気道を確保する

①あお向けに寝かせる。
②片方の手のひらを額に、人差し指と中指を下あごの先に当てて持ち上げ、頭を後ろにそらす。

3 呼吸の有無を確認する

気道を確保したまま、ほおと耳を傷病者の口や鼻に近づけて呼吸の有無を調べる。

呼吸がある場合は、体を横向きに寝かせましょう。上の足のひざとひじを軽く曲げ手前に出し、上になった手をあごにあてがい、下あごを前に出して気道を確保する。(回復体位)

4 呼吸がないとき【人工呼吸】(2回※省略可)

①気道を確保したまま傷病者の鼻をつまみ、大きく口を開けて傷病者の口をおおい、1秒かけてゆっくりと息を吹き込む。傷病者の胸がもち上がることを確認する。

②1回目の吹き込みで胸が上がらなかった場合、2回目の吹き込みの前にもう一度、気道を確保したうえで吹き込む。
※人工呼吸は省略可能。口と口が直接接触することに抵抗がある場合などは、すぐに胸骨圧迫に進んでよい。

小児・乳児の場合は、口と鼻を同時におおい、1秒かけて吹き込む。

5 胸骨圧迫を行う

①平らな場所にあお向けに寝かせ、救助者はその横わきに両ひざ立ちになる。
②乳頭と乳頭を結ぶ線の真ん中が圧迫部位。片方の手のひらの手首に近い部分を当て、その上にもう一方の手のひらを重ねる。
③ひじを伸ばし、胸全体が4~5cm沈むように胸を押す。
④体を起こし、手の力をゆるめる。この動作を1分間に100回のリズムで圧迫し、これを30回繰り返す。

小児の場合は両手または片手、乳児の場合は2本の指を当て、胸の厚さの3分の1程度沈むように。

6 心肺蘇生法を行う

気道を確保したあと、人工呼吸を2回、胸骨圧迫を30回実施する。乳児・小児の場合も成人と同様。この動作を救急隊が到着し、引き継ぐまで繰り返す。

心停止の傷病者の救命に大変有効な手段が電気ショック(除細動)です。電気ショックを一般の人でも簡単に安心して行うことができる機器「AED(自動体外式除細動器)」が近くにある場合には、AEDによる応急手当てを優先させましょう。

防災〇×クイズ

Q　1人でいる時に、人が倒れているのを発見。一刻を争うので、救急車を呼ぶよりも、まずは救命手当て(心肺蘇生法)を優先した方がいい。

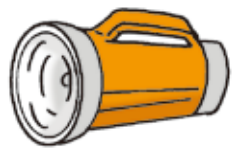
A　×　倒れている人を発見したら、心肺蘇生法を行うと同時に、すぐに救急車を呼ぶことが大切です。1人でいた時には、周囲に大声で呼びかけるなどして協力を求め、救急車を呼んでもらいましょう。
※ただし、子どもの場合には119番通報などは後回しにして、2分間程度の心肺蘇生を優先して行います。

準備しておきたい非常持出品は？

非常持出品は家族構成を考えて必要な分だけ用意し、避難時にすぐに取り出せる場所に保管しておきましょう。災害発生時に最初に持ち出す非常持出品と、災害から復旧するまでの数日間を支える非常備蓄品を分けて用意しておきましょう。

最低限そろえておきたいもの　非常持出品

懐中電灯

できれば１人にひとつ用意。予備の電池と電球も忘れずに。

携帯ラジオ

小型で軽く、AMとFMの両方を聞けるものを用意。予備の電池は多めに用意を。

非常食・水

カンパンや缶詰など、火を通さずに食べられるものを。水はペットボトルが便利。乳幼児がいる場合には粉ミルクなども忘れずに。

貴重品

現金、預貯金通帳、印鑑、健康保険証・住民票のコピーなど。現金は10円硬貨も（公衆電話の利用に便利）。

救急医薬品

キズ薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬、目薬など。常備薬があれば忘れずに用意を。

その他

ヘルメット（防災ずきん）、上着・下着、タオル、軍手、紙の食器、ライター（マッチ）、缶切り、栓抜き、ろうそく、ナイフ、ビニール袋、ティッシュ、ウェットティッシュ、ビニールシート、生理用品、紙おむつや哺乳びんなど。

災害後に備えるために　非常備蓄品

食　品

缶詰やレトルト食品、ドライフーズや栄養補助食品など。非常食は最低でも3日分を備蓄しておくように。

水

飲料水は大人1人当たり、1日3ℓが目安。少なくとも3日分の用意を。ペットボトルのほか、ポリ容器にも水をためておくと便利。

燃料・その他

卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベのほか、毛布、寝袋、洗面用具、ラップ、使い捨てカイロ、ロープ、バール・スコップなどの工具、マスク、トイレットペーパー、新聞紙、簡易トイレ、予備のめがね、バイク・自転車、ドライシャンプーなどがあると便利。

準備をしておかないとどうなる？

大災害が発生した場合、水道施設などが使用できなくなったり、道路の損壊などにより防災機関による救援活動がすぐにできない可能性もあります。災害発生後の数日間は自足できるよう準備をしておきましょう。

こんな用意も必要です

乳幼児のいる家庭で用意するもの

ミルク、ほ乳びん、離乳食、スプーン、おむつ、洗浄綿、おぶいひも、バスタオルまたはベビー毛布、ガーゼまたはハンカチ、バケツ、ビニール袋、石けんなど。

妊婦のいる家庭で用意するもの

脱脂綿、ガーゼ、サラシ、T字帯、洗浄綿および新生児用品、ティッシュ、ビニール風呂敷、母子手帳、新聞紙、石けんなど。

要介護者のいる家庭で用意するもの

着替え、おむつ、ティッシュ、障害者手帳、補助具等の予備、常備薬など。

防災行政無線が聞きとれなかったら

●防災行政無線テレホンサービス

0120-031-240（ボウサイツウホウ）

自動録音した内容を電話で聞くことができます。

【問い合わせ】　袖ケ浦市　総務課　防災対策室　電話 0438-62-2111
（平成24年4月1日以降は、危機管理課の予定）

●袖ケ浦市生活安全メール

生活安全メールは、あらかじめメールアドレスを登録していただいた携帯電話やパソコンに、防災、火災、防犯、環境などの重要情報をメールで配信するものです。

次の各情報のうち、希望した情報のメールのみを配信します。

- **災害・防災情報**　災害情報、防災行政無線で放送した防災情報
- **火災発生情報**　火災の発生・鎮火情報
- **防犯情報**　防犯情報、交通安全情報
- **不審者情報**　不審者の発生に関する情報
- **環境情報**　光化学スモッグ注意報などの情報
- **健康情報**　健康に関する情報
- **その他**　防災行政無線で放送した計画停電の実施や中止、行方不明者情報や、市全域に影響するイベントの中止情報など

配信登録は、下記のサイトにアクセスしてメールサービス登録を行ってください。

携帯電話用サイト「マイタウン袖ケ浦市」

生活安全メールの登録をしなくても、送信したメールのバックナンバーを確認することができます。ブックマークに登録すると便利です。

URL　http://www.lamo.jp/sodegaura/

【問い合わせ】　㈱バイザー（システム保守管理会社）　電話 0120-670-970
袖ケ浦市　秘書広報課　電話 0438-62-2111

災害時の緊急放送

かずさエフエム及びいちはらFMと災害情報の放送協定を締結しています。

大規模な災害が発生した場合や、その恐れがある場合、市の要請により、被害状況や避難情報など、災害に関する緊急放送を行います。

■かずさエフエム　83.4MHz　　■いちはらFM　76.7MHz

防災○×クイズ

非常用の持出品は、一度作っておけばそれで安心だ。

非常持出品は、使用するときに支障がないように、定期的に点検しておくべきです。特に、食品や飲料水は、放っておくと賞味期限が切れていることがあります。また薬にも有効期限はあるので、随時入れ替えておくようにしましょう。

■避難場所・避難所一覧

袖ケ浦市
避難場所・避難所マップ

1:68,000

※1　標高　1/2500地形図に記載されている施設近傍の標高です。（東京湾平均海面（TP）を基準とした標高）

※2　災害用井戸　応急飲料水等の確保のため、非常用発電設備を備えた井戸です。災害用井戸は、学校給食センター（大曽根1990）にもあります。

※3　備蓄倉庫　防災資機材、食糧、飲料水などを備蓄しています。

問い合わせ

袖ケ浦市　総務課　防災対策室

（平成24年4月1日以降は、危機管理課の予定）

電話　0438-62-2111（代表）

ＨＰ　http://www.city.sodegaura.chiba.jp/